



Puntos importantes sobre la artritis psoriásica

- La artritis psoriásica causa hinchazón y dolor en las articulaciones y los puntos donde los tendones y ligamentos se adhieren a los huesos.
- La mayoría de las personas que padecen artritis psoriásica ya tienen psoriasis, una enfermedad de la piel.
- Aunque no existe cura para la artritis psoriásica, los tratamientos pueden retrasar el avance de la enfermedad, reducir el dolor y proteger las articulaciones.
- Usted puede hacer cosas en su hogar para que lo ayudarán a adaptarse a vivir con esta afección, como mantener un peso saludable, hacer ejercicio de bajo impacto y no fumar.

¿Qué es la artritis psoriásica?

La artritis psoriásica es una afección que causa hinchazón y dolor en las articulaciones y los puntos donde los tendones y los ligamentos se adhieren a los huesos. La mayoría de las personas que desarrollan artritis psoriásica tienen [psoriasis](#) (una enfermedad de la piel), pero pocas tienen dolor en las articulaciones antes de la erupción en la piel.

¿A quién le puede dar artritis psoriásica?

A cualquier persona le puede dar artritis psoriásica, pero es más frecuente en adultos. La enfermedad afecta a hombres y mujeres por igual.

La mayoría de las personas que la padecen ya tienen psoriasis. La artritis psoriásica generalmente se desarrolla aproximadamente de 7 a 10 años después de que comienzan los síntomas en la piel. Es más probable que tenga artritis psoriásica si:

- Es obeso.
- Tiene psoriasis grave.
- Tiene estrés, lesiones en las articulaciones o los huesos o alguna infección.

¿Cuáles son los síntomas de la artritis psoriásica?

Los síntomas de la artritis psoriásica son diferentes para cada persona y pueden incluir:

-

Parches de piel escamosa e inflamada, a menudo en el cuero cabelludo, los codos o las rodillas.

- Rigidez, dolor e hinchazón en una o más articulaciones.
- Cansancio muy seguido (fatiga) o falta de energía.
- Sensibilidad en áreas donde los tendones o ligamentos se adhieren a los huesos. La parte detrás del talón y la planta del pie son puntos que comúnmente resultan afectados.
- Inflamación dolorosa, como si fuera un embutido, de todo un dedo de la mano o del pie.
- Cambios en las uñas, como pequeños surcos o desmoronamiento. Las uñas también pueden separarse del lecho ungueal.
- Inflamación ocular, especialmente de la capa media del ojo. Esta afección puede causar dolor o enrojecimiento de los ojos y vista borrosa, que deben tratarse lo antes posible para evitar la pérdida de la visión.
- Enfermedad inflamatoria intestinal, que causa inflamación en el tubo digestivo.

¿Cuáles son las causas de la artritis psoriásica?

La artritis psoriásica puede ocurrir cuando el sistema inmunológico sobrereactúa y causa problemas. Los médicos saben que ciertos factores pueden activar el sistema inmunológico y causar la enfermedad. Estos factores incluyen:

- **Genes:** Muchas personas que padecen artritis psoriásica tienen antecedentes familiares de la enfermedad.
- **Entorno:** Ciertos factores pueden desencadenar la enfermedad, como:
 - obesidad,
 - infección,
 - lesión,
 - estrés.

¿Hay alguna prueba para la artritis psoriásica?

Aunque no existe una prueba que por sí sola se pueda usar para diagnosticar la artritis psoriásica, su médico puede hacer lo siguiente para ver si tiene esta afección:

- Preguntarle si tiene antecedentes familiares de psoriasis o artritis psoriásica.
- Hablarle sobre sus síntomas y hacerle un examen físico.
- Tomarle una muestra de sangre para verificar si hay otras afecciones.
- Solicitar que se haga pruebas de imágenes.

¿Cómo se trata la artritis psoriásica?

El tratamiento de la artritis psoriásica continúa mejorando y depende de los síntomas y de la gravedad de la enfermedad.

Las formas más leves se pueden tratar con:

- analgésicos y antiinflamatorios de venta libre,
- inyecciones de medicamentos fuertes para combatir la inflamación en las articulaciones afectadas.

Las enfermedades más graves pueden tratarse con otros tipos de medicamentos de receta.

¿Quién puede tratar la artritis psoriásica?

Entre proveedores de atención médica que tratan la artritis psoriásica se incluyen:

- reumatólogos, que se especializan en la artritis, incluida la artritis psoriásica y otras enfermedades de los huesos, las articulaciones y los músculos;
- dermatólogos, que se especializan en afecciones de la piel, el cabello y las uñas;
- fisiatras (especialistas en rehabilitación) que supervisan los programas de ejercicio;
- terapeutas ocupacionales, que enseñan formas de proteger las articulaciones, aliviar el dolor, realizar actividades de la vida diaria y conservar energía;
- fisioterapeutas, que ayudan a mejorar la función de las articulaciones;
- proveedores de atención primaria de salud, incluidos médicos de cabecera, internistas y pediatras, que tratan los problemas a medida que surgen y coordinan los cuidados entre los diferentes proveedores de atención médica especializados;
- nutricionistas o dietistas, que enseñan sobre la nutrición y el mantenimiento de un peso saludable.

Cómo adaptarse a la artritis psoriásica

Tener artritis psoriásica puede afectar su vida diaria, pero hay cosas que puede hacer para ayudarse:

- Si fuma, haga un plan para dejar de hacerlo. Algunos estudios han demostrado que fumar empeora los síntomas.
- Mantenga un peso saludable para ejercer menos presión en las articulaciones.
- Intente realizar actividades de bajo impacto como caminar, andar en bicicleta, nadar, hacer yoga o tai chi. Consulte con su médico antes de comenzar cualquier programa de ejercicios.
- Protéjase las articulaciones. Por ejemplo, para abrir una puerta, empújela con todo el cuerpo en lugar de solo con los dedos.
- Considere unirse a un grupo de apoyo o buscar asesoramiento, lo que puede ayudarle a aprender más sobre cómo afrontar y vivir con la enfermedad.

For more info

U.S. Food and Drug Administration

Toll free: 888-INFO-FDA (888-463-6332)

Website: <https://www.fda.gov>

[Drugs@FDA](#) is a searchable catalog of FDA-approved drug products.